

Корнев О.А.¹, Корнева А.В.², Мартынова В.А.³

Казань, Казанский медицинский университет

Казань, Детско-юношеская спортивная школа

Олимпийского резерва «Тасма»

г. Елабуга, Казанского (Приволжского) федерального университета

viktoria2580@mail.ru

ВНЕДРЕНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ С УЧЕТОМ ФГОС

Аннотация: в статье рассматривается проблема внедрение здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательный процесс школы с учетом ФГОС. Разработана и апробирована программа по физической культуре с учетом ФГОС.

Ключевые слова: физическая культура, здоровье, здоровьесберегающие технологии

Одной из основных задач модернизации российского образования в настоящее время является забота о здоровьесбережении подрастающего поколения. За последние годы значительно выросло число болеющих детей по причинам наследственности, неблагоприятного состояния окружающей среды, некачественного уровня здравоохранения, сидячего образа жизни.

По данным федеральной служба государственной статистики рост заболеваемости население России по основным заболеваниям значительно возросло до 114721 тысяч человек в 2013 году и на сегодняшний день снижение не происходит.

В результате профилактических осмотров детей до 14 лет было выявлено за 2013 год: с понижением остроты слуха д- 32,2 тыс.; с понижением остроты зрения- 1122,7 тыс.; с дефектами речи- 709,3 тыс.; со сколиозом 247,3 тыс.; с нарушениями осанки-1200,1 тыс. детей.

Анализ научно-методической литературы и педагогической практики позволил выявить, что в существующие программы физической культуры имеют учебно-воспитательную направленность процесса обучения, функция оздоровления в системе школьного воспитания, к сожалению не отражается в полном объеме.

Актуальность данной темы обусловлена необходимостью применения здоровьесберегающих технологий в образовательных учреждениях, нацеленных на охрану здоровья школьников.

Применяемые методы исследования в процессе эксперимента: анализ научно-методической литературы; тестирование уровня здоровья; педагогический эксперимент; методы математической статистики.

Для анализа уровня здоровья мы применяли методику Хрущева, которая дана в авторами Кириловой Т.Г. и Зотовой Ф.Р. Для экспресс-оценки физического здоровья школьников. Комплекс, состоящий из 5

морфологических и функциональных показателей, имеющих наивысшую степень взаимосвязи с энерговооруженностью организма, уровнем общей выносливости и с острой заболеваемостью, предлагается для включения в систему экспресс- оценки физического здоровья школьников разного возраста и пола. После оценки каждого показателя по таблицам в баллах рассчитывается общая сумма баллов, которой и определяется уровень физического здоровья школьника. Исследования проводилась в лицее №78 г.Казань.

В процессе эксперимента нами разработана программа физической культуры с учетом ФГОС и апробирована в условиях педагогического эксперимента. Программа содержит поликомпонентную структуру: цель, задачи, методы, формы организации, средства контроля. Базовая часть программы основывалась на программе В.И. Ляха, вариативная - включала в себя оздоровительные технологии. В процессе учебно-воспитательного процесса и на уроках физической культуры нами применялись следующие здоровьесберегающие технологии: подвижные игры; элементы хат-ха йоги; элементы точечного массажа и самомассажа; аэробика Купера; дыхательная гимнастика по методике Стрельниковой А.Н.; основы трехфазного дыхания методика Кофлера; оздоровительный бег К. Купер; стретчинг; физкультминутки во время занятий; массовые физкультурно-оздоровительные мероприятия; упражнения для глаз.

Результаты исследования: анализ состояния здоровья детей показывает, что в экспериментальной группе юношей с уровнем здоровья ниже среднего составило 34%, средний уровень 52%, выше среднего 14% в контрольной группе юношей данные свидетельствуют о низком уровне здоровья 45% и средний уровень здоровья 42%, выше среднего 13%.

При рассмотрении уровня здоровья девушек контрольной и экспериментальной группе нами было выявлено, что уровень здоровья очень низок. Так в экспериментальной группе девушек с уровнем здоровья ниже среднего составило 38%, со средним 50%, выше среднего 12% в контрольной группе с низким уровнем здоровья составило 40% и 47со средним, 13% выше среднего уровнем здоровья.

Анализируя, показатели в исследуемых группах нами было выявлено, что у многих исследуемых детей наблюдается слабое развитие мышц, нарушении регуляции деятельности сердечно - сосудистой системы, недостаточные функциональные возможности органов дыхания и кровообращения, слабое развитие двигательных качеств – силы, быстроты и выносливости.

После внедрение экспериментальной программы нами выявлено соотношение количества юношей и девушек с различными уровнями здоровья в конце эксперимента, из которого видно, что в экспериментальной группе юношей с уровнем здоровья ниже среднего

18%, среднего 66%, выше среднего 16%, а в контрольной группе – 45%,41%,14% соответственно (рис. 1).

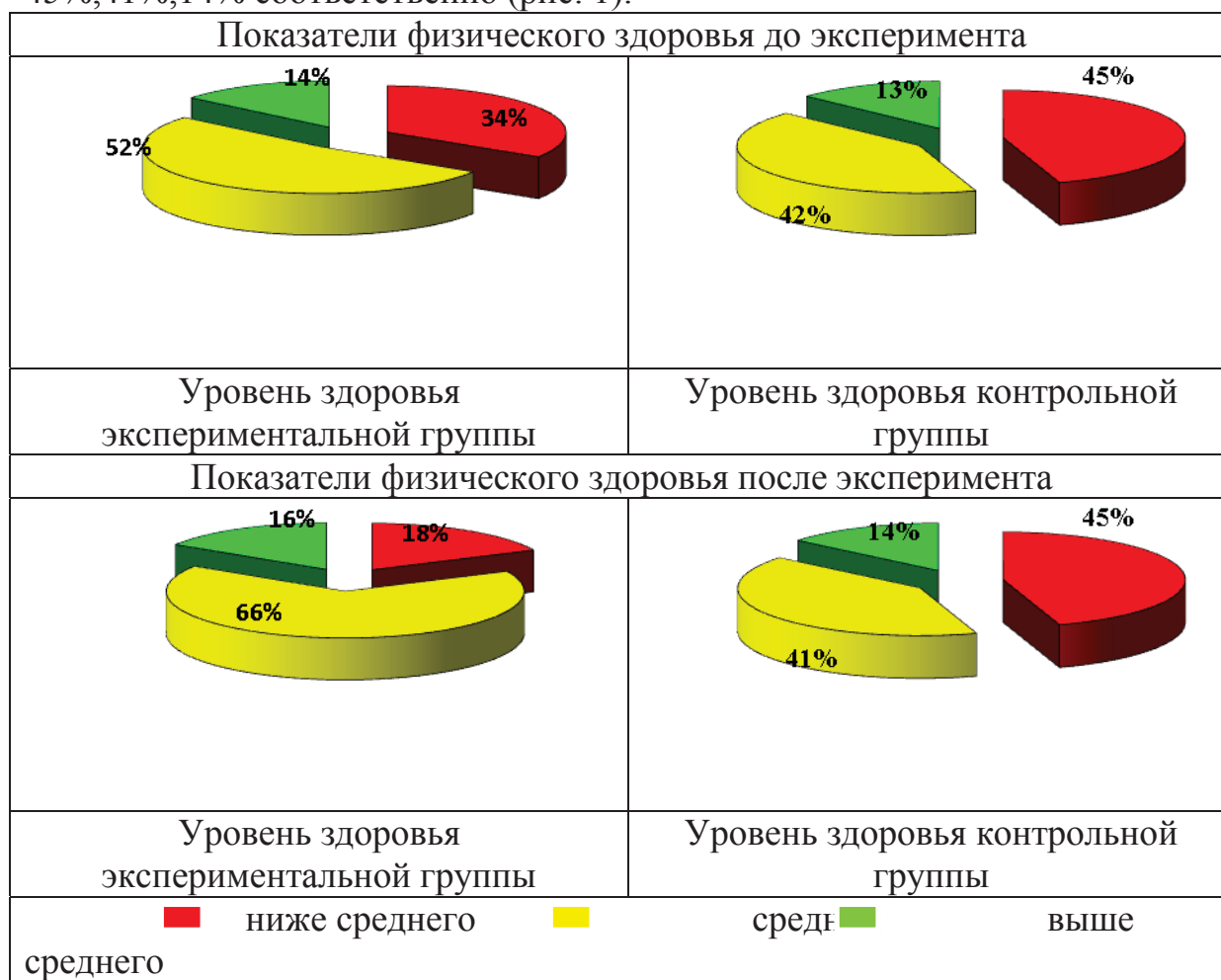
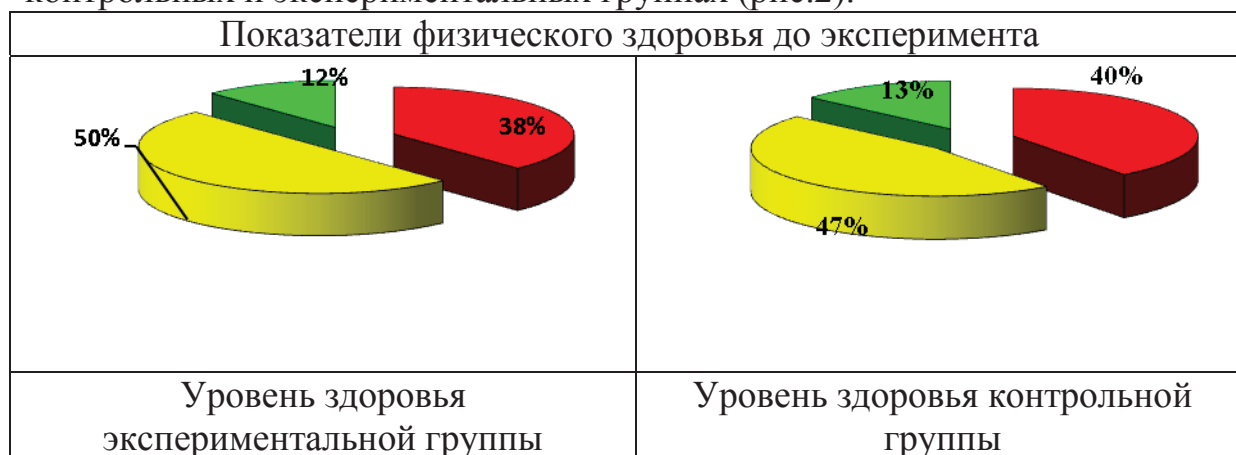


Рис.1

Динамика уровня физического здоровья в процессе эксперимента у юношей

В экспериментальной группе у девушек ниже среднего 20%, среднего 62%, выше среднего 18%, в контрольной группе 39%,47%,14% соответственно. На рисунке отражена динамика физического здоровья в контрольных и экспериментальных группах (рис.2).



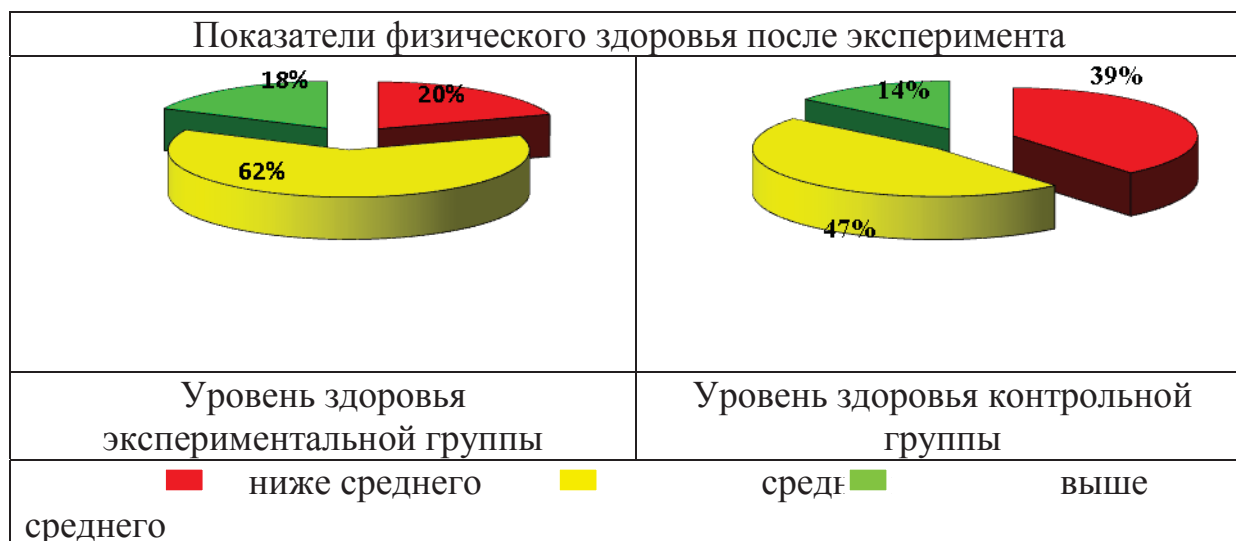


Рис.2

Динамика уровня физического здоровья в процессе эксперимента у девушек

Таким образом, в ходе формирующего эксперимента было установлено, что учебный процесс физического воспитания, построенный на основе разработанной программы оказывает существенное положительное воздействие на состояние их здоровья, что прослеживается в положительной динамике результатов.

Так же наблюдения показывают, что применение здоровьесберегающих технологий в учебном процессе позволяет учащимся более успешно адаптироваться в образовательном и социальном пространстве, раскрыть свои творческие способности, а учителю эффективно проводить профилактику асоциального поведения.

Список литературы:

1. Асхамов А.А., Мартынова В.А., Шарифуллина С.Р. Роль родителей в выборе детьми спортивной секции // Культура физическая и здоровье. - 2016. - Т.59. - №4. - С.68-73.
2. Асхамов А.А. Развитие выносливости с использованием гипоксических нагрузок на уроках физической культуры/ Асхамов А.А.// Ежемесячный научно-практический журнал. №3 (18). – Махачкала: ООО «Апробация», 2014. С. 23 – 25.
3. Martynova V.A. Application of Health-Improving Technologies in Tb-Infected Preschool Children. Modern Applied Science; Vol. 8, No. 6; 2014 : 306-312 (ISSN 1913-1852)

Крикунова М.А.

Саратов, Саратовский государственный университет, maaraa62@mail.ru

**ПЛОДОТВОРНЫЙ ТРУД КАК СОСТАВЛЯЮЩАЯ
ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**